



ここから元気

～こころとからだ「ここから」元気に～



平成25年3月号



ここからキャンパス 節分祭



『鬼がきたぞ～！！豆をまいてみんなで追い払え～！！』

2月1日金曜日、節分の二日前だというのに気の早い鬼がここからキャンパスにやってきました。

この鬼の迫力！すごいですねー！余りの迫力にビックリされた利用者様もおられました。スタッフの一人が捕まってしまいましたが、皆で豆をまき、何とか鬼を追い払うことができました。厄払い、厄払い...

今年も皆様が健康に過ごせるように祈願しております。

(鬼の衣装は、呉市亀山神社の秋祭りでの登場する【やぶ】というものをお借りしました。)



まつだ鬼



のりもと鬼



みんなで退治！



ここから阿品 大正琴イベント



2月19日(火)に大正琴グループ【カサブランカ】の皆様をお招きし、演奏会を開催しました。お揃いの素敵な衣装で、昔懐かしの曲から最近の曲まで多くの曲目を演奏してください、利用者様も知っておられる曲が始まると、一緒に口ずさんで楽しまれました。

最後の曲が終わった後には「アンコール！」の声も飛び出し、大変盛り上がりました。機会があれば、ぜひまた演奏会を開いていただきたいと思います。

阿品 トレーナー 加藤 千秋



お問い合わせはお近くの「ここから」各事業所へ

ここから安東	TEL 082-872-2900
ここから己斐	TEL 082-507-1101
ここから阿品	TEL 082-936-6355
ここからキャンパス (デイ)	TEL 082-507-3339
ここからキャンパス (フィットネ)	TEL 082-507-1001



トレーナーブログ

<http://ameblo.jp/cocokala/>

「ここから」の事業所情報は

<http://www.g-wam.co.jp/>

己斐駅伝競走大会 出陣!



2月10日(日)、己斐地区にあるもみじが丘～高須台にかけて走る、己斐駅伝に参加しました。去年は2位になりましたが、今年は6人の年齢の合計が200歳以上という規定が設けられたので、去年とは全く違うメンバーで参加しました。陸上経験のない方も走ったので、怪我などに繋がらないか不安でしたが、怪我もなく無事完走することが出来ました。今後もスポーツを通じて、運動の楽しさや重要性を伝えていきたいと思います。
キャンパストレーナー 上手 智弘

駅伝にマラソンに
スタッフも走りまわっています



香川丸亀国際ハーフマラソン 出場



キャンパス 埜龍之介
記録 1:28:21(295位/8121人中)

ここからキャンパスフィットネス 選手紹介♪



田鍋裕輔(修道2) 乾祐一郎(瀬戸内2) 徳田廉大(高校受験)

ここからキャンパス、硬式テニス専門の中・高校生です。今回は個人で撮影することが出来なかったため、複数人を撮影。改めて一人ずつご紹介していきます♪ここからキャンパスフィットネスではジュニアから高齢者まで幅広く運動指導を行っています!次号もお楽しみに♪

ここから俳句 川柳倶楽部

三連覇	西からの	さざん花が	姉妹	春うらら	ジャンプして	会へぬ子と	朝陽さす	美味しいぞ	部室にも
侍たちの	大気汚染の	垣根に映えて	同じセーター	川のせせらぎ	少女の顔に	知りつつも	垣根のメジロ	おでんを煮込	深き一礼
底力	キャンパス贈り物	己斐中尾	阿品上野	安東片山	キャンパス	己斐森田	安東大内	キャンパス	阿品卒業
茂介	松明	信子	茂子	音高し	風光る	飾りけり	大内羽ば	母と子が	永野
		冬を越す	選びけり	伸生	文香	幹枝けり	忠正	内堀	波舟